श्री रणवीर – केन्द्रीय – संस्कृत – विद्यापीठम्

काश्मीर शैवदर्शन विभाग

प्रवेश संख्या 6/7 ----- विषय :- ~~शैव~~दर्शनम् योग: क्रम सं. -6, 84

नाम - हठप्रदीपिका दो प्रति ग्रन्थकार नाम -- सीताराम: ----

पत्र सं. ~~031~~, 16, 25 - अक्षर सं. (पंक्तौ) शब्द -- 5 --- पंक्ति सं. (पृष्ठे) 9 ------

आकार: -- 5"×5" --- लिपि: -दे॰ ना॰-- आधार: -- कागज ----

वि. विवरणम् -- अपू:, पू: --

पर्यवेक्षक :------------- दिनांक: 16-9-2000

(29)

MZ Marwah List

~~62 No~~

हठप्रदीपिका

श्री

304 प्रदीपिका

No 7

84

29.

M. K. Marwane

𑇄 𑆯𑇀𑆫𑆵𑆓𑆟𑆼𑆯𑆳𑆪 𑆤𑆩𑆂 𑇄 𑆯𑇀𑆫𑆵𑆄𑆢𑆴𑆤𑆳𑆡𑆳𑆪 𑆤
𑆩𑆾𑆱𑇀𑆠𑆶 𑆠𑆱𑇀𑆩𑆽 𑆪𑆼𑆤𑆾𑆥𑆢𑆴𑆰𑇀𑆜𑆳 𑆲𑆜𑆪𑆾𑆓𑆮𑆴𑆢𑇀𑆪𑆳
𑆮𑆴𑆨𑇀𑆫𑆳𑆘𑆠𑆼 𑆥𑇀𑆫𑆾𑆤𑇀𑆤𑆠𑆫𑆳𑆘𑆪𑆾𑆓𑆩𑆳𑆫𑆾𑆝𑆶𑆩𑆴𑆖𑇀𑆗𑆾𑆫
𑆣𑆴𑆫𑆾𑆲𑆴𑆟𑆵𑆮 𑇑 𑆥𑇀𑆫𑆟𑆩𑇀𑆪 𑆯𑇀𑆫𑆵𑆓𑆶𑆫𑆶𑆁 𑆤𑆳𑆡𑆁 𑆱𑇀𑆮𑆳𑆠𑇀𑆩𑆳
𑆫𑆳𑆩𑆼𑆟 𑆪𑆾𑆓𑆴𑆤𑆳 𑆑𑆼𑆮𑆬𑆁 𑆫𑆳𑆘𑆪𑆾𑆓𑆳
𑆪 𑆲𑆜𑆮𑆴𑆢𑇀𑆪𑆾𑆥𑆢𑆴𑆯𑇀𑆪𑆠𑆼 𑇒 𑆨𑇀𑆫𑆳𑆤𑇀𑆠𑇀𑆪𑆳 𑆧
𑆲𑆶𑆩𑆠𑆣𑇀𑆮𑆳𑆤𑇀𑆠𑆼 𑆫𑆳𑆘𑆪𑆾𑆓𑆩𑆘𑆳𑆤𑆠𑆳𑆁 𑆲
𑆜𑆥𑇀𑆫𑆢𑆵𑆥𑆴𑆑𑆳𑆁 𑆣𑆠𑇀𑆠𑆼 𑆱𑇀𑆮𑆳𑆠𑇀𑆩𑆳𑆫𑆳𑆩𑆂 𑆑𑆸𑆥𑆳𑆑
𑆫 𑇆 𑇆 𑇆 𑇆 𑇆

हकारः कीर्तिः सूर्य ठकारश्चन्द्र उच्यते सूर्यचन्द्रमसोर्योगाद्धठयोगो
निगद्यते ॥

रः हठविद्यां हि मत्स्येंद्र गोरक्षाद्या वि
ज्ञानते आत्मारामोथवायोगीज्ञानी
तेतत्प्रसादतः श्रीआदिनाथमत्स्येंद्र
शांरदानन्दभैरवाः चौरंगीमीनगो गी
रक्षविरूपाक्षविलेशयाः मन्थानभै कोरंटकः सुरानंदः
रवोयोगी सिद्धिर्बुद्धश्च कन्थडिः का सिद्धपादश्च चर्पटिः ९
नित्यनाथो
नेरीपूज्यपादश्च बिल्वनाथोनिरंजनः
कपालीबिंदुनाथश्चकाकचंडीश्वराह्वयः

श्रहा।

स्वात्माराम: प्रभुदेवश्च घोडाचोलीच टिं
टिणि: भानुकिर्नागबोधश्च खंडकाप (व)
लिकस्तथा इत्यादयो महासिद्धा हठ
योगप्रभावत: खंडयित्वा कालदंडं
ब्रह्मांडे विचरंति ते संसारतापतप्तानां
(स) शमाश्रयमठो हठ: अशेषयोगयुग (युक्ताना)
तानामाधार: कमठो हठ: ॥१०॥ हठविद्या परं
गोप्या योगिनां सिद्धिमिछतां भवेद्वी

र्यवती गुप्ता निर्वीर्या तु प्रकाशिता ॥ सुरा
ज्ये धार्मिके देशे सुभिक्षे निरुपद्रवे। एका
न्ते मठिकामध्ये स्थातव्यं हठयोगिना ॥१२॥
अल्पद्वारमरंध्रगर्तविवरं नात्युच्चनीचा
यतं सम्यग्गोमयसांद्रलिप्तममलं निः
शेषजंतूज्झितं बाह्ये मंडपवेदिकूपरु
चिरं प्राकारसंवेष्टितं प्रोक्तं योगमठस्य
लक्षणमिदं सिद्धैर्हठाभ्यासिभिः ॥१३॥

धनुःप्रमाणपर्यन्तं शिलाग्निजलवर्जिते

एवं विधे मठे स्थित्वा सर्वचिंताविवर्जितः
गुरूपदेशमार्गेण योगमेव समभ्यसेत्
अत्याहारः प्रयासश्च प्रजल्पो नियमाग्र
हः जनसंगश्च लौल्यं च षड्भिर्योगो विन
श्यति उत्साहात्साहसाद्धैर्यात्तत्त्वज्ञा
नाच्च निश्चयात् जनसंगपरित्यागात्षड्भिर्यो
र्योगः प्रसिध्यति ॥ वसिष्ठाद्यैश्च मुनिभि
र्मत्स्येंद्राद्यैश्च योगिभिः अंगीकृतान्या

अहिंसा सत्यमस्तेयं ब्रह्मचर्यं क्षमा धृतिः दयार्जवं मिताहारः शौचं चैव यमा दश तपः संतोष आस्तिक्यं दानमीश्वरपूजनम् सिद्धांतवाक्यश्रवणं ह्रीमती च जपो हुतम् नियमा दश संप्रोक्ता योगशास्त्रविशारदैः ॥

सनानि वक्ष्यन्ते कानिचिन्मया हठस्य प्रथ
मांगत्वादासनं पूर्वमुच्यते तत्कुर्यादासनं
स्थैर्यमारोग्यं चांगलाघवं जानूर्वोरन्तरे सम्य
क्कृत्वा पादतले उभे ऋजुकायसमासीनः
स्वस्तिकं तत्प्रचक्ष्यते सव्ये दक्षिणगुल्फं तु पृष्ठ
पार्श्वे नियोजयेत् दक्षिणेऽपि तथा सव्यं गोमु
खं गोमुखं यथा एकं पादं यथैकस्मिन्विन्य
सेदुरुणि संस्थितं इतरस्मिंस्तथा चोरुं वीरास

नमितीरितं गुदं नियम्य गुल्फाभ्यां व्युत्क्रमे
ण समाहितः कूर्मासनं भवेदेतदिति योग
विदो विदुः पद्मासने तु संयोज्य जान्वोरंत
रे करौ निवेश्य भूमौ संस्थाप्य व्योमस्थः कु
क्कुटासनम् कुक्कुटासनबंधस्थो दोर्भ्यां
संबध्य कंधराम् भवेत्कूर्मवदुत्तान एतदुत्ता
नकूर्मकम् पादांगुष्ठौ च पाणिभ्यां गृहीत्वा
ह॰प श्रवणावधि जान्वाकर्षणं कृत्वा धनुरास
४

𑆤𑆩𑆵𑆫𑆴𑆠𑆁 𑆮𑆳𑆩𑆾𑆫𑆶𑆩𑆷𑆬𑆳𑆫𑇀𑆥𑆴𑆠𑆢𑆑𑇀𑆰𑆥𑆳𑆢𑆁 𑆘𑇀𑆚𑆳𑆤𑆾
𑆢𑇀𑆢𑆴𑆲𑆼𑆮𑆁𑆰𑇀𑆛𑆴𑆠 𑆢𑆑𑇀𑆰𑆾𑆢𑆾𑆰𑇀𑆟𑆳 𑆥𑇀𑆫𑆲𑆸𑆠𑇀𑆪𑆤𑆴𑆰𑇀𑆛𑆼𑆤𑇀𑆪𑆫𑆴𑆩𑆫𑇀𑆢𑆴 𑆮𑆫𑇀𑆤𑆴
𑆠𑆳𑆁𑆓𑆂 𑆯𑇀𑆫𑆵𑆩𑆠𑇀𑆱𑇀𑆮𑆤𑆳𑆡𑆾𑆢𑆴𑆠𑆩𑆳𑆱𑆤𑆁 𑆱𑇀𑆪𑆳𑆠𑇀 𑆱
𑆱𑇀𑆪𑆁𑆅𑆥𑆵𑆜𑆁𑆘𑆜𑆫𑆥𑇀𑆫𑆮𑆸𑆠𑇀𑆠𑆿 𑆥𑇀𑆫𑆮𑆁𑆅𑆠𑇀𑆫𑆩𑇀𑆩𑆟𑇀𑆝𑆬
𑆮𑆟𑇀𑆝𑆬𑆳𑆢𑇀𑆪𑆩𑇀 𑆓𑆶𑆲𑇀𑆪𑆳𑆱𑆠𑆂 𑆑𑆶𑆟𑇀𑆝𑆬𑆴𑆤𑆵𑆥𑇀𑆫
𑆧𑆾𑆣𑆁 𑆢𑆟𑇀𑆝𑆱𑇀𑆡𑆴𑆫𑆠𑇀𑆮𑆁 𑆥𑇀𑆫𑆢𑆢𑆳𑆠𑆴 𑆥𑆶𑆁𑆱𑆳𑆩𑇀 𑆥𑇀𑆫𑆱𑆳
𑆫𑇀𑆪𑆥𑆳𑆢𑆿 𑆨𑆶𑆮𑆴 𑆢𑆟𑇀𑆝𑆮𑆠𑇀𑆥𑆿 𑆢𑆾𑆫𑇀𑆨𑇀𑆪𑆳𑆁 𑆖 𑆥𑆳𑆢𑆢𑇀𑆮𑆴𑆠
𑆪𑆁 𑆓𑆸𑆲𑆵𑆠𑇀𑆮𑆳 𑆨𑆳𑆬𑆥𑆫𑆴𑆤𑇀𑆪𑆱𑇀𑆠𑆬𑆬𑆳𑆛𑆢𑆼𑆯𑆾

ध्याये दिनं पश्चिमतानमाहुः इति पश्चि
मतानमासनाग्र्यं पवनं पश्चिमगाहिनं क
रोति उदयं जठरानलस्य कुर्यादुदरे कार्श्य
मरोगिणं पुंसाम् धरामवष्टभ्य पुनः
कराभ्यां तत्कुर्परे स्थापितनाभिपार्श्वे
उच्चासने दण्डवदुत्थितः खे मायूरमेतत्प्र
वदंति संतः हरति सकलरोगानाशुगु
ह॰ प्र॰ ल्मोदरादीनभिभवति च दोषानासनं श्री

मन्त्रम् वटुकरक्षान भुक्तेभस्मकर्पादरेखेवं
नयति ग्रन्थग्रंथिं धारयेत्कालकूटम् उन्मनं
शवचक्रमेशरागमनमिदं स्मृतं, शवासनं श्री
विहरं चिन्तयेद्योनिसाधनं वन्दारशीत्याव
नानिशिवेन कथितानि वै तेभ्यश्च तत्क्रमा
दायसाग भूतेब्रवीम्यहं सिद्धं भद्रं तथा पद्मं
सिंहं चेति चतुष्टयम् श्रेष्ठं तत्रापि पद्मं च सिद्ध
सिंहासने सदा योनिद्वारकमंत्रिमूलघटि

शयनं तत्र कुर्वासनम्

था २

नं कृत्वा दृढं विन्यसेन्मेढ्रे पादमथैकमेव हृद
येकृत्वा समं विग्रहम् स्थाणुः संयमितेंद्रियो
चलदृशा पश्येद्भ्रुवोरंतरमेतन्मोक्षकपाटभे
दजनकं सिद्धासनं प्रोच्यते एतन्मत्स्येंद्रमतं
मतांतरेतु मेढ्रादुपरि विन्यस्य सव्यं गुल्फं
तथोपरि गुल्फांतरं च निक्षिप्य सिद्धासन
मिदं भवेत् इति सिद्धासनं प्राहुरन्ये वज्रासन
ह प्र विदुः मुक्तासनं वदंत्यन्ये प्राहुर्गुप्तासनं परे य

मेष्विवमिताहारमहिंसानियमेष्विव मुख्यं
सर्वासनेष्वेकं सिद्धासनमिदं विदुः चतुरा
शीतिपीठेषु सिद्धासनं सदाभ्यसेत द्वासप्त
तिसहस्रेषु सुषुम्णामिव नाडिषु । आत्म
ध्यायेमिताहारी यावद्द्वादशवत्सरं सदा
सिद्धासनाभ्यासाद्योगी निष्पत्तिमाप्नुयात्
श्रमदैर्बहुभिः पीठैः किं स्यात्सिद्धासनेस

। स्राणां नाडीनां मलशोधनमिति पा०:॥

ति । प्राणानिले सावधाने बद्धे केवलकुंभ
के उत्पद्यते निरायासात्स्वयमेवोन्मनीय कला
या । तथैकस्मिन्नेव दृढे बद्धे सिद्धासने सदा सि
बंधत्रयमनायासात्स्वयमेवोपजायते
नासनं सिद्धसदृशं न कुंभः केवलोपमः
न खेचरीसमा मुद्रा न नादसदृशो लयः । अ
थ पद्मासनम् । वामोरूपरि दक्षिणं हि चरणं
ह. ९ संस्थाप्य वामं तथा दक्षोरूपरि पश्चिमेन वि

॥ हृदये ॥

धिनाधृत्वाकराभ्यांदृढम् ॥ अंगुष्ठौनिधा
यचिबुकंनासाग्रमालोकयेदेतद्व्याधि
विकारनाशनकरंपद्मासनंप्रोच्यते ॥ म
तांतरेतु ॥ उत्तानौचरणौकृत्वाऊरुसंस्थौ
प्रयत्नतः ॥ ऊरुमध्येतथोत्तानौपाणीकृ
त्वाततोदृशौ ॥ नासाग्रेविन्यसेद्राजदंतमूले
चजिह्वया ॥ उत्तंभ्यचिबुकंवक्षस्युत्थाप्यप
वनंशनैः ॥ इदंपद्मासनंप्रोक्तंसर्वव्याधिविना

॥ विनाशकारियमिनां ॥

यत्नेन दुर्लभं येन केनापि धीमता लभ्यते
भुवि पश्चाद्ध्क्रमनत्वेंद्रमनं धृत्वा संपुटि
तौ करौ दृढतरं बद्धाच पद्मासनं गाढं वक्ष
सि सन्निधाय चिबुकं ध्यायंश्च तच्चेतसि वा
रं वारमपानमूर्ध्वमनिलं प्रोत्सारयन्पूर रितं
येत्प्राणं मुंचति याति बोधमतुलं शक्ति
प्रभावोदयात् पद्मासनस्थितो योगी ना
डीद्वारेषु पूरयेत् मारुतं धारयेद्यस्तु

क्रो नाशयेत्सदा: अथ सिंहासनं गुल्फौ
च वृषणस्याध: सीवन्या पार्श्वयो: क्षिपेत्
दक्षिणे सव्यगुल्फं च दक्षगुल्फं च सव्यके
हस्तौ तु जान्वो: संस्थाप्य स्वांगुली: संप्रसा
र्य च व्यात्तवक्त्रो निरीक्षेत नासाग्रं सुसमाहि
त: सिंहासनं भवेदेतत्पूजितं मुनिपुंग
वै: बंधत्रयसंधानं कुरुते चासनत्रयं नोत्तमम्
अथ भद्रासनं गुल्फौ च वृषणस्याध:

^ सव्यपुल्कं नयासव्येदत्तपु
ल्कं नुदहिरो

सीवन्याः पार्श्वयोः क्षिपेत् पार्श्वपादौ च पा
णिभ्यां दृढं बद्ध्वा सुनिश्चलम् भद्रासनं
भवेदेतत्सर्वव्याधिविनाशनं गोरक्षास
नमित्याहुरिदं वै सिद्धयोगिनः एवमा
सनबन्धेषु योगीन्द्रो विगतश्रमः अभ्या
समेन्नाडिशुद्धिं मुद्रां पवनक्रियाम् स
यिगोधां बुधौ स्वकं तत्कायं विघ्नं बुद्धः
प्रलीनं ज्जदितेवेति विकल्पपटलः कृतः

क्तमि इतीतिः स्वस्तिक इतीतिः स्वात्म इतीति
मत्स्योपिगोरक्षः एतानि सर्वाणि समुद्धृता
नि मुनीन्द्रैर्हठसाधनानि । आसनं कुं
भकं चित्रं मुद्राख्यं करणं तथा अथ नादानु
संधानमभ्यासानुक्रमेण तु । ब्रह्मचारी मिता
त्या हारी त्यागी योगपरायणः अब्दादूर्ध्वं भवे
त्सिद्धो नात्र कार्या विचारणा सुस्निग्धमधु
राहारश्चतुर्थांशविवर्जितः भुज्यते शिव

शीत्यर्थं मिताहारः स उच्यते कट्वम्लतीक्ष्ण
लवणोष्णहरीतशाकसौवीरतैलतिलसर्ष
पमद्यमत्स्यान् अजादिमांसदधितक्रकुल
त्थकोलपिण्याकहिंगुलशुनाद्यमपथ्यमा
हुः भोजनमहितं विद्यात्पुनरुष्णीकृतमरू
क्षितम् अतिलवणमसरवपललं कदशन
शाकोत्कटं वर्ज्येम् वर्जयेद्दुर्जनप्रीतिं व
ह०२ ह्निस्त्रीपथिसेवनम् प्रातःस्नानोपवासा

क्षे श्लो

दिकायशोकादिकं तथा गोधूमशालियव
षष्टिकशोभनान्नं क्षीराज्यमानेनवनीतसि
तामधूनि शुण्ठीपटोलकफलादिकपंचशा
कं मुद्गादिदिव्यमुदकं च यमीन्द्रपथ्यम् ३
पुष्टं सुमधुरं स्निग्धं गव्यं धातुप्रपोषणम् म
नोभिलषितं योग्यं योगी भोजनमाचरेत्
युवा भवति वृद्धो वा व्याधितो दुर्बलोपि वा
अभ्यासात्सिद्धिमाप्नोति सर्वेयोगीष्वतंद्रितः

ॐ

पीठादिकुंभकं चित्रा दिव्यानि करणानि च सर्वा
पि हि हठाभ्यासाद्राजयोगस्य सिद्धये इति श्री
हठप्रदीपिकायां प्रथमोपदेशः समाप्तः
अथासने दृढे योगी वशी हितमिताश
नः गुरूपदेशमार्गेण प्राणायामं समभ्यसे
त् चले वाते चलं चित्तं निश्चले निश्चलं तथा
योगी स्थाणुत्वमाप्नोति ततो वायुं निरोधये
६५ त् यावद्वायुः स्थितो देहे तावज्जीवितमुच्यते

मरणं न स्यान्न क्रांतिस्ततो वायुं निरोधयेत्
मलाकुलासु नाडीषु मारुतो नैव मध्यगः
कथं स्यादुन्मनीभावः कार्यसिद्धिः कथं भ
वेत् शुद्धिमेति यदा सर्वं नाडीचक्रं मलाकु
लम् तदैव जायते योगी प्राणसंरोधने क्षमः
प्राणायामं ततः कुर्यान्नित्यं सात्विकया धि
या यथा सुषुम्णानाडीस्था मलाः शुद्धिं प्रयो
न्ति च बद्धपद्मासनो योगी प्राणं चन्द्रेण पूर

घेत् धारयित्वा यथाशक्ति पुनः सूर्येण रेचये
त् प्राणं सूर्येण चाकृष्य पूरयेदुदरं शनैः वि
धिवत्कुंभकं कृत्वा पुनश्चंद्रेण रेचयेत् येन त्य
जेत्तेन पीत्वा धारयेदनिरोधतः रेचयेच्च ततोन्ये
न शनैः पवनमेकतः प्राणं चेदिडया पि
बेन्नियमितं भूयोन्यया रेचयेत्पीत्वा पिंगल
या समीरणमथो बद्ध्वा त्यजेद्वामया सूर्याचं
द्रमसोरनेन विधिना बिंबद्वयं ध्यायतां शुद्धा

।एवनवेगतः।

२२

नाडिगणा भवंति यमिनां मासत्रयादूर्ध्वतः
प्रातर्मध्याह्निके सायमर्धरात्रे च कुंभकान्
शनैरशीति पर्यंतं चतुर्वारं समभ्यसेत् । इ
त्यादि वा षोडशाभिः पवनं ऊरुषष्टिचतुष्ट
यमंतरगम् स्वच्चापिंगलया शनैः शनैः
द्वशाभिर्दशाभिर्दशाभिरुद्धिधिकैः कनीयसि
भवेत्स्वेदः कम्पो भवति मध्यमे उत्तिष्ठत्यु
त्तमे प्राणरोधे पद्मासनस्थितो जलेन श्रम

जातेन गात्रमर्दनमाचरेत् दृढता लघुता चा
पि तेन गात्रस्य जायते अभ्यासकाले प्रथमे श
स्तं क्षीराज्यभोजनं ततो भ्यासे दृढीभूते न ता
दृङ्नियमग्रहः यथा सिंहो गजो व्याघ्रो भ
वेद्वश्यः शनैः शनैः तथैव सेवितो वायुरन्य
था हंति साधकम् प्राणायामेन युक्तेन सर्व
रोगपरिक्षयः अयुक्ताभ्यासयोगेन सर्वव्या
ह प्र धिसमुद्भवः हिक्का कासस्तथा श्वासः शिरः

२१

कर्णाक्षिवेदनाः भवंति विविधारोगाः
पवनस्यव्यतिक्रमात् पुंकंपुंकेत्यवेष्टा
पुंपुंकंपुंकंचक्षारयेत् पुंकंपुंकंचवधीया
दित्थं सिद्ध्यतियोगवित् यदानाडीविशु तथाविज्ञानिवाहनः
द्धिःस्यात्तदाचिह्नंनिराकुलम् कायस्य
कृशताकांतिस्तथाजायतेनिश्चितम् य
थेष्टधारणंवायोरनलस्यप्रदीपनम्
नादाभिव्यक्तिरारोग्यंजायतेनाडिशोध

नान् मेधःश्लेष्माधिक्यःपूर्वं षट्कर्माणि स
माचरेत् अन्यथा नाचरेत्तानि दोषाणां स
मभावतः धौतीवस्तीतथा नेतीत्राटकं नौ
लिकं तथा कपालभातीचैतानि षट् क
र्माणि समाचरेत् कर्म षट्कमिदं गोप्यं घ
टशोधनकारकम् विचित्रगुणसंधायि
पूज्यते योगिपुंगवैः अथ धौती चतुरंगु
लविस्तारं हितं वस्त्रं शनैर्ग्रसेत् पुनःप्रत्या

हस्तपंचदशायतम् गुरोपदिष्टमार्गेण

हरेदेतदभ्यासाद्धौतिकर्मकृतं कासश्वा
सप्लीहकुष्ठंकफरोगाश्चविंशतिः धौती
कर्मप्रभावेनप्रयांत्येवनसंशयः अथ
वस्ती नाभिलग्नजलेपायुन्यस्तनालो
त्कटासनः आधाराकुंचनंकुर्याद्पाना
ह्वस्तिकर्मकृतं गुल्मप्लीहोदरंचापि
वातपित्तकफोद्भवाः वस्तिकर्मप्रभा
वेनक्षीयंतेसकलामयाः धात्विंद्रिया

तः कारणप्रसादं दद्याच्च कांतिं दहनप्रदी
प्तिम् अशेषदोषोपचयं निहन्यादभ्यास
मानं जलवस्तिकर्म अथ नेती सूत्रं वित
स्तिसुस्निग्धं नासानाले प्रवेशयेत् मुखा
न्निर्गमयेदेषा हि नेती सिद्धैर्निगद्यते कपा
लशोधनी चैव दिव्यदृष्टिप्रदायिनी जत्रू
र्ध्वजातरोगौघां जयत्याशु स नेतिवित् त्या
अथ [illegible]त्राटकम् निरीक्षेन्निश्चलदृशा

सल्लंडममाहितः अष्टकसप्यालप।
यं लमार्थेल्लकाटकेमतम मोवने ने
त्रेरोगमार्णोविज्ञाटीनोकपाटकम पल
छुनाटकेगोष्येयष्याद्वाटकपेटके घ।
पनौली अमन्दावर्तेवेगेनतेटम।
ष्याणमष्ययोः ननोमोध्रमयेटघा।
नैलीयोगः प्रवर्तते २४ मेदा
ग्निमंदीपनपाचनाग्निः मेदाधिकाने

सदै

दकरीसदैव अशेषदोषामयशोष।
णीच हठक्रियामौलिरियंचनौली ३५

अथ कपालभाती भस्त्रावल्लोहकारा।
रेचपूरौ ससंभ्रमौ कपालभाती

कफदोषविशोषणी।

विख्याता हृष्टपोषविसर्पिणी ॥ ३६

षट्कर्मनिर्गतस्थौल्यकफदोषमला

दिकः प्राणायामं ततः कुर्यादना

ह॰

यासेन सिद्ध्यति ३७ प्राणायामैरे।

प्र॰

व सर्वे प्रशुष्यंति मला ॥ ॥

३९

सिद्धयोऽत्र किंचिद्बालधेयकौ सुदृढो गम्यमार्गो
यमुन्मनीकरणं क्षणात् केचिदागमजालेन के
चिन्निगमसंकुलाः केचित्तर्केण मुह्यन्ति नैव
जानन्ति तारकम् पातालाख्यक्षितिनिशिवे
मेरुमूलेन दार्केन तत्त्वं चैतन्यं वेद हीनमधीः स्वमुनि
निम्नगानाम् चंद्रात्मा गः स्वयंनिवघ्नवक्ले नह
मुनिगणं नेवध्नीयात्स करणमुदानान्यथा क
य थसिद्धिः श्रीआदिनाथेन सपादकोटिल
यप्रकाराः कथिता जयंति नादानुसन्धानक
मेकमेव मन्यामहे मुख्यतमं लयानाम् मु

नासनस्थितो योगी मुद्रां संधाय शांभवीम् शृ
णुयाद्दक्षिणे कर्णे नादमेकांतिके सुधीः काष्ठे
प्रवर्तितो वह्निः काष्ठेन सह शाम्यति नादे प्रव
र्तितं चित्तं नादेन सह शाम्यति लीयते विस्मृत्य
सकलं बाह्ये नादे दुग्धांबुवन्मनः एकीभूयाथ
सहसा चिदाकाशे विलीयते औदासीन्यप
रो भूत्वा सदाभ्यासेन संयमी उन्मनीकारणं
सद्यो नादमेवावधारयेत् कीदृशमौदासीन्यं
शीते काले चापटी वा पटी वाऽह्ये भिक्षांह्र्द
मारणं पकं वा पालीने ड्रोणी कर्परा भोज्य पात्रं
६३ पश्याद्वारे गोमयोँ पयो वा १

सर्वचिंतां परित्यज्य सर्वकाले च संवेश नादं
नुसन्धत्ते नादे चित्तं विलीयते आरंभश्च घटश्चैव
तथा परिचयोपिच निष्पत्तिः सर्वयोगेषु योगाव
स्याप्रकीर्तिता अथारंभस्था ब्रह्मग्रन्थिर्भ
वेद्भिन्नश्चानन्दः शून्यसंभवः विचित्रक्वणकृत
णकेदेशे श्रूयते नाहतो ध्वनिः संपूर्णहृदये
शून्ये आरंभे योगवान् भवेत् अथ घटस्था द्वि
तीयायां घटीकृत्य वायुर्भवति मध्यगः दृढास
नो भवेद्योगी ज्ञानी देवसमस्तथा विष्णुग्रंथिर्ब्र
दाभिन्नः परमानन्दसूचकः अतिशून्यादिभेदश्च

२॥ भित्त्वा विमलो मन्दलध्वनिः, महाशून्यं ततो या

मे

भेरीशब्दस्तथा भवेत् अथ परिचयावस्था ॥
द्वितीयायां ततो याति सर्वसिद्धिसमाश्रयं चित्ता
नन्दं ततो भित्त्वा सहजानन्दसंभवः दोषदुःखव्या
धिनिद्राजरामृत्युविवर्जितः रुद्रग्रन्थिं ततो भि
त्त्वा सर्वपीठगतोऽनिलः अथ निष्पत्त्यवस्था नि
ष्पत्तौ वैणवः शब्दः क्वणद्वीणासमो भवेत् एकी
भूतं तथा चित्तं राजयोगाभिधानकम् सृष्टि
संहारकर्तासौ योगीश्वरसमो भवेत् अस्तु वा
मास्तु वा मुक्तिरत्रैवाखण्डितं महत् लयोत्त
मिदं सौख्यं राजयोगादवाप्यते हठं विना राज

योगं राजयोगं विना हठम् ये चैव राजं न जानन्त्येष्ट्या
सफलवर्जितान् तत्त्वं बीजं हठं क्षेत्रमौदासीन्यं
२ सू जलं त्रिभिः उन्मनीकल्पलतिका सद्य एव प्ररो
हति राजयोगः समाधिश्च उन्मनी च मनो
न्मनी अमरोल्यभिचार्द्वैं निरालंबो निरंजनं २५
अमनस्कं लयश्चैव शून्याशून्यपरापरं जीवन्मु
क्तिश्च सहजं तुर्यं चेत्येकवाचकं उन्मन्यावा
प्तये शीघ्रं द्वौ मार्गौ समसम्मतौ आद्यश्चानन्द
सन्धायी जायते नादजो हृदयः नादानुसन्धा
नसमाधिभाजां योगीश्वराणां हृदये प्रवृद्धम्
आनन्दमेकं वचसामगम्यं जानाति तं श्रीगुरु

नाद एव मुक्तासने स्थितो योगी मुद्रां संधाय शां
भवीं शृणुयाद्दक्षिणे कर्णे नादमंतर्गतं सदा
सर्वचिंतां परित्यज्य सावधानेन चेतसा नादमे
वानुसंधत्ते योगसाम्राज्यमिच्छता कर्णौ पि
धाय हस्ताभ्यां यः शृणोति ध्वनिं मुनिः तत्र चि
त्तं स्थिरं कुर्याद्यावत्स्थिरपदं व्रजेत् अभ्यास्यमा
ध्वनिं नो नादोयं बाह्यमावृणुते ध्वनिं पक्षाद्विक्षेप
मखिलं जित्वा योगी सुखी भवेत् श्रूयते प्रथ
माभ्यासे नादो नानाविधो महान् वर्धमाने त
तोभ्यासे श्रूयते सूक्ष्मसूक्ष्मतः आदौ जलधि
हप जीमूतभेरीझर्झरसंभवः मध्ये मर्दलशंखो

त्था घण्टाकाहलजास्तथा अन्ते तु किङ्किणीवंश
वीणाभ्रमरनिःस्वनाः इति नानाविधा नादाः श्रू
यन्ते देहमध्यगाः महति श्रूयमाणेऽपि मेघभेर्या घ ३
दिके ध्वनौ तत्र सूक्ष्मात्सूक्ष्मतरं नादमेव परामृ
शेत् घनमुत्सृज्य वा सूक्ष्मे सूक्ष्ममुत्सृज्य वा घ
ने परं तत्रैव निक्षिप्य मनो नान्यत्र चालयेत्
नो यत्र कुत्रापि वा नादे लगति प्रथमं मनः तत्रैव
सुस्थिरीभूयात्तेन सार्धं विलीयते मकरन्दं पिब
न्भृङ्गो गन्धान्नापेक्षते यथा नादासक्तं तथा चित्तं
विषयान्नहि काङ्क्षति नादकोटिसहस्राणि
न्न त

डुकोटिशतानि च सर्वे तत्र लयं यांति यत्र देवो
निरंजनः मनःप्राक्रमवाप्नोति निरालंबाख्य
योगदं नादश्रवणतश्चित्तमंतस्तुरंगमः वि रंग ३
स्मृत्य सर्वमेकाग्रं कुत्रचिन्न हि धावति मनोम
त्तगजेंद्रस्य विषयोद्यानचारिणः नियामन
समर्थोयं निनादो निश्चयांकुशः नादोपाशि
स्तो नित्यमविधार्यं वियोगिनः अण्ठानिना
दसक्तस्य शुद्धांतःकरणस्य च अनाहतस्य श
ब्दस्य तस्य शब्दस्य यो ध्वनिः ध्वनेरंतर्गतं ज्योति
ह प्र र्ज्योतिरंतर्गतं मनः यन्मनोगोमपृं याति तद्वि
विलयं

२६

२ पास्त्रिरतोनित्यमवगम्यमिहयोगिभिः नादोनुरं

स्तोः परमंपदं अंतरंगंतुरंगस्य विज्ञानंपरिमीयते
नादोनुरंगमारंगवन्धनेवागुरायते अंतरंगतुरं
गस्यावरोधेलीयतेपि च नादवद्धाकाशसंकल्पो
यावच्छब्दः प्रवर्तते निःशब्दंतत्परंब्रह्मपरमात्मा स्तु ४
समीयते यत्किंचिन्नामरूपेण श्रूयते शक्तिरेव
सा यस्तत्त्वान्तोनिराकारः स एव परमेश्वरः श्र
वणपुटनयननासामुखपुटरोधनंकार्यमत्र
शुद्धसुषुम्णासरणौ स्फुटममलः श्रूयते नादः
कोष्ठगोष्ठीप्रसंगेन नादमन्तर्गतं शृणु पुराम
त्स्वंहृद्गोधायत्रादिनाद्योदितंवचः यावन्नैव प्रा

गतिश्चरन्मारुतो मध्यमार्गे यावद्विंदुर्न भवति दृ
ढः प्राणवातः प्रबुद्धः यावद्ध्यानः सहजं सदृशं
ज्ञायते नैव तत्त्वं तावत्सर्वं वदन्ति यद्दंभ मिथ्या
प्रलापः ज्ञात्वा सुषुम्णाभेदं च ज्ञात्वा वायुं चम
ध्यगम् नीत्वा तामनवस्थाने प्रायो रन्ध्रं निरुंध्ये
तु इडायां पिंगलायां च चरतश्चंद्रभास्करौ च
न्द्रस्तामस इत्युक्तः सूर्यो राजस उच्यते तावेव
धत्तः सकलं कालं रात्रिंदिनात्मकं भोक्ती सुषु
ने २ म्णा कालस्य सुप्रमेतं दुदाहृतं तथा हि सोमं
हंसु नामश्लोकचतुष्टयं षट्चक्रं षोडशाधारं त्रिलक्ष्यंपर
३२ ञ्चधालक्ष्यं गुणत्रयं मूर्ति शोधस्तुर्योपि विस्तारः ॥

म्‌ पद्मं कुण्डली कुटिलाकारा सर्पवत्परिकीर्ति
ता सा शक्तिः चालिता येन स मुक्तो नात्र संशयः
द्वासप्ततिसहस्राणि नाडीनां देहपञ्जरे सुषुम्णा
शाम्भवी शक्तिः शेषास्त्वेव निरर्थकाः वायुः सम्प
रिचितो यस्मादग्निना सह कुण्डलीं बोधयित्वा सुषु
म्णायां प्रविशेदनिरोधतः सुषुम्णावाहिनि
प्राणे सिद्ध्यत्येव मनोन्मनी अन्यथा त्वितराभ्या
साः प्रयासायैव योगिनां पवनो बध्यते येन म
नस्तेनैव बध्यते मनश्च बध्यते येन पवनस्तेन ब
ध्यते हेतुद्वयं च मनसो वासना च समीरणः त

पवनो यत्र लीयेत मनस्तत्रैव लीयते २

यो र्विनष्ट एकस्मिन्न भावापि विनश्यतः मनो
यत्रा विलीयेत पवनस्तत्र लीयते ॥ दुग्धांबुवत्संमि
लितौ तथैव तुल्यक्रियौ मानसमारुतौ च याव
न्मनस्तत्र मरुत्प्रवृत्तिर्यावन्मरुत्तत्रापि मनःप्रवृ
त्तिः ॥ अध्वस्तयो रिंद्रियवर्गवृत्तिर्विध्वस्तयोर्मो
क्षपदस्य सिद्धिः या धूममार्गेण संचारी कुलाद्भ्रम
यते महीम् तथाष्टगुणमैश्वर्यं सत्वं सत्वेश्वरा
नेने विषमरूपाचाधिः यदा संलीयते प्राणो मा
नसं च विलीयते तदा समरसत्वं यत्समाधिः सो
भिधीयते मनःस्थैर्यात्स्थिरो वायुस्ततो बिंदुः
स्थिरो भवेत्

सकलां भ्रामयते महीं इति पाठः

मतत्रैकनाशादपरस्य नाश एक
प्रवृत्तावपरप्रवृत्तिः ५

६१

२८

१०

बिंदुः स्थिरो यदा सत्त्वं पिण्डस्थैर्यं प्रजायते ॥ दृष्टिः
स्थिरा यस्य विना पिदृश्यं वायुः स्थिरो यस्य विना
प्रयत्नात् । चित्तं स्थिरं यस्य विना वलंबनं स एव
योगी स गुरुः स शिष्यः ॥ प्रवेशो निर्गमे वायोर्गुरुद
ह्रिलेश्वोर्ध्वमध्यगः । नयस्य गात्रे वहति स मु
क्तो नात्र संशयः ॥ सर्वे ल्लयहठाभ्यासा राजयो
गस्य सिद्धये ॥ राजयोगसमारूढः पुरुषः काल
वंचकः ॥ इडा भगवती गंगा पिंगला यमुना
नदी । विज्ञेपानद्वयोर्मध्ये सुषुम्ना च सरस्व
ती ॥ त्रिवेणीसंगमो यत्र तीर्थराजः स उच्यते

तत्रस्नानंप्रकुर्वीत सर्वपापैःप्रमुच्यते इतिगुरु
कुलयोगशास्त्रसिद्धैः परिमार्थितास्वचक्षुष्यमई
भूतं ग्रन्थं भवदृगादृष्टं यमेन्द्रा यदिभवतामज
रामरत्नबोद्धा इतिहठप्रदीपिकायांचतुर्थोप
देशः अथवज्रोली स्वेच्छयावर्तमानो
पियोगोक्तैर्नियमैर्विना वज्रोलींयोविजाना
ति सयोगीसिद्धिभाजनं तत्रवस्तुद्वयंवक्ष्ये दु
र्लभंयस्यकस्यचित् क्षीरंचैकंद्वितीयंतुना
रीतुवशवर्तिनी मेहनेनशनैःसम्यगूर्ध्वा
कुञ्चनमभ्यसेत् पुरुषोप्यथवानारीवज्रोली
सिद्धिमाप्नुयात्

ह प्र
३५

ली तोली
सिध्येन्नतुमत्सरशालिनां सहजोलीचामरोली
वज्रोल्यंतेभेद एकतः जलेषु भस्मनिक्षिप्यदग्धगो
२ नैवं मयसंभवं आसीनोयः सुखेनैव मुक्तव्यापारयोः
नराणांस्सहजोलीरियं प्रोक्ता श्रद्धायायोगिभिः स
दा अयंशुभकरोयोगोयोगोभुक्तिविमुक्तिदः ॥ च
चामरोली पित्तोल्वणत्वात्प्रथमांबुधारां विहा
यनिःसारतयोत्पधारां निषेवते शीतलमध्य
धारां कापालिकैः खंडमतेमरोयं अमरीयः
पिबेन्नित्यं नस्यं कुर्वन्दिने दिने वज्रोलीचाभ्य
सेच्चैयममरोलीति कथ्यते पुंसोर्विंदुं समाकुं
ह.प्र
५०

च्चासम्यगभ्यासपाटवात् यदिनारीरजोरक्षेद्
वज्रोल्या सापि योगिनी तस्मात्किंचिद्रजोना
शं न गच्छति न संशयः तस्याः शरीरे नादश्चबिं
दुतामेव गच्छति स बिन्दुस्तद्रजश्चैव एकीभू
य स्वदेहगं वज्रोल्यभ्यासयोगेन सर्वसिद्धिं
प्रकुर्वते अतीतानागतं वेत्ति खेचरीं लभते
ध्रुवम् देहसिद्धिं च लभते वज्रोल्यभ्यासयो
गतः तस्मादयं साधकाय भोगयुक्तोपि मुक्ति
दः तस्मात्पुण्यवतामेवमेषयोगस्तु सिद्ध्यति
इति हठप्रदीपिकायां समाप्तः प्रथम ॥
पंचमोपदेशः समाप्तः ॥

८३

८३

उदरगगनपदात्सद्बसंनि पवनमपानसुदीर्घकंठनाले क्रमपरिचयवशनाडिवक्रा
गजकरणीनिनिगद्यते हठज्ञैः ॥+

(Note)

हठप्रदीपिका

११४

इति श्रीवार्धाणान्तकेषांचिदन्तकमितसं
मतं+ब्रह्मादयोपित्रिदशाः पवनाभ्यासतत्पराः
लेनसिद्धिंगतास्तेचतस्मात्पवनमभ्यसेत् या
वद्बद्धो मरुद्देहे तावच्चित्तंनिराकुलम् यावद्दृष्टि
र्भ्रुवोर्मध्येतावत्कालभयेकुतः विधिवत्प्रा
णसंयामैर्नाडीचक्रेविशोधिते सुषुम्णावद
नंभित्वासुखाद्विशतिमारुतः मरुते मध्यसं
चारे मनस्थैर्यं प्रजायते योमनःसुस्थिरीभा
वःसैवावस्थामनोन्मनी तत्सिद्धयेविधानज्ञावि

+ विचित्रकुंभकाभ्यासाद्विचित्रां सिद्धिमाप्नुयात्

नान्कुर्वीत कुंभकान् + सूर्यभेदनमुज्जायी तथा
शीत्कारी शीतली भस्त्रिका भ्रामरी मूर्छा प्लाविनी
त्यष्ट कुंभकाः पूरकांते तु कर्तव्यो
बंधो जालंधराभिधः कुंभकांते रेचकादौ क
र्तव्यस्तूड्डियानकः अपानमूर्ध्वमुत्थाप्य प्रा
णं कंठादधो नयेत् योगी जराविमुक्तः सन्षो
डशाब्दवयो भवेत् आसने सुखदे योगी बद्ध्वा
चैवासनं ततः दक्षनाड्या समाकृष्य बहिःस्थं
पवनं शनैः आकेशादानखाग्राच्च निरोधावधि

+ अधस्तात्कुंचनेनाशु कंठसंकोचने कृते ॥ मध्ये पश्चिमतानेन स्यात्प्राणो ब्रह्मनाडिगः ॥

कुंभकम् ततः शनैः सव्यनाड्या रेचयेत्पवनं पुनः कपा
लशोधनं वातदोषघ्नं क्रिमिदोषहृत् पुनः पुनरिदं का
र्यं सूर्यभेदनमुत्तमम् अथ उज्जायी मुखं संयम्य ना
डीभ्यामाकृष्य पवनं पुनः यथा लगति कंठात्तु हृदया
वधि सस्वनम् पूर्ववत्कुंभयेत्प्राणं रेचयेदिडया पुनः ततः
श्लेष्मदोषहरं कंठे देहानलविवर्धनम् नाडीजलोदर
धातुगतदोषविनाशनम् गच्छता तिष्ठता कार्यमुज्जा
य्याख्यं च कुंभकं सीत्कारी सीत्कां कुर्यात्तथा वक्त्रे घ्रा
णेनैव विसर्जयेत् एवमभ्यासयोगेन कामदेवो द्वितीय

जृंभिकाम्

कः योगिनीचक्रसेव्यस्तु सृष्टिसंहारकारकः न क्षुधा
न तृषा निद्रा नैवालस्यं प्रजायते भवेत्स्वच्छन्ददेहस्तु
सर्वोपद्रववर्जितः अनेन विधिना यस्तु योगीन्द्रो भूमि
मंडले रसनातालुमूलेन यः प्राणमनिलं पिबेत् अ
ब्दार्धेन भवेत्तस्य सर्वरोगपरिक्षयः अथ शीतली
जिह्वया वायुमाकृष्य पूर्ववत्कुंभकादनु शनैस्तु घ्रा
णरंध्राभ्यां रेचयेदनिलं सुधीः गुल्मप्लीहोदरं चापि
ज्वरं चापि क्षुधातृषम् विषाणि शीतलीनाम कुंभके
यं निहंति च भस्त्रिका ऊर्वोरुपरि संस्थाप्य उभे

हप्र
१८

पादतले तथा । पद्मासनं भवेत्सम्यक्सर्वपापप्रणा-
शनम् । सम्यक्पद्मासनं बद्ध्वा समग्रीवोदरः सुधीः
प्र मुखं संयम्य यत्नेन प्राणं घ्राणेन रेचयेत् + वेगेन पू- + यथा लगति हृत्कण्ठे कपालावधि सस्वनम्
दला रयेत्सम्यग्हृत्पद्मावधि मारुतं पुनर्विरेचयेत्त-
द्वत्पूरयित्वा पुनः सततः यथैव लोहकारेण भ-
स्त्रावेगेन चाल्यते तथैव स्वशरीरस्थं चाल^ त्प ^ये
वनं धिया । यथा श्रमो भवेद्देहे तथा सूर्येण पूरये-
त् । यथोदरे भवेत्पूर्णं पवनेन तथा लघु । धारये न्नासिकां
[illegible] मध्यमातर्जनीभ्यां विना दृढम् । कुंभकं

पूर्ववत्कृत्वा रेचयेदिडयानलः वातपित्तश्लेष्मह
रं शरीराग्निविवर्धनम् कुण्डलीबोधनं क्षिप्रं पाव गो
नं सुखदं शुभम् ब्रह्मनाडीमुखे संस्थं कफाद्यर्गल
नाशनम् सम्यग्गात्रसमुद्भूतं ग्रंथित्रयविभेद
कम् विशेषेणैव कर्तव्यं भस्त्राख्यं कुंभकं त्विदम्
भ्रामरी वेगाद्घोषं पूरकं भृंगनादं भृंगीनादं रेच
कं मन्दमन्दं योगींद्राणां नित्यमभ्यासयोगा
च्चित्ते जाता काचिदानंदलीला अथ मूर्छा पू
रकांते गाढतरं बद्ध्वा जालंधरा[illegible] रेचयेन्मूर्

हप्र
२८

ततः प्रवर्तितो हारमारुता परितोदरः

धयस्पग धोपि
मुरवात्मुवते यद्म
पत्रवत्

…त्वेयं मनोवृत्तिर्मुखप्रदा। अथ सहितं प्रा
णायामस्त्रिधा प्रोक्तो रेचपूरककुंभकैः। सहि
तः केवलश्चेति कुंभको द्विविधो मतः। यो रेच्य
पूर्य यत्कुर्यात्स वै सहितकुंभकः। यावत्केवल
सिद्धिः स्यात्तावत्सहितमभ्यसेत्। रेचकं पूरकं
मुक्त्वा सुखं यद्वायुधारणं। प्राणायामोयमित्यु
क्तः स वै केवलकुंभकः। केवले कुंभके सिद्धे रेच
पूरकवर्जिते। न तस्य दुर्लभं किंचित्त्रिषु लोके
षु दुर्लभं विद्यते। शक्तः केवलकुंभेन यथेष्टं वा

पूर्ववत्कृत्वा रेचयेदिडयाततः वातपित्तश्लेष्मह
रं शरीराग्निविवर्धनम् कुण्डलीबोधनं क्षिप्रं पाव गो
नं सुखदं शुभम् ब्रह्मनाडीमुखे संस्थकफाद्यर्गल
नाशनम् सम्यग्गात्रसमुद्भूतं ग्रंथित्रयविभेद
कम् विशेषेणैव कर्तव्यं भस्त्राख्यं कुंभकं त्विदम्
भ्रामरी वेगाद्घोषं पूरकं भृंगनादं भृंगीनादं रेच
कं मन्दमन्दं योगीन्द्राणामेवमभ्यासयोगा
च्चित्ते जाता काचिदानन्दलीला मूर्छा पू
हप्र रकान्ते गाढतरं बंध्वा जालंधरं शनैः रेचयेन्मूर्छ
१९

नाख्येयं मनोमूर्छा सुखप्रदा ॥ अथ सहितं प्रा
णायामस्त्रिधा प्रोक्तो रेचपूरककुंभकैः ॥ सहि
तः केवलश्चेति कुंभको द्विविधो मतः ॥ आरेच्य
पूर्य यत्कुर्यात्स वै सहितकुंभकः ॥ यावत्केवल
सिद्धिः स्यात्तावत्सहितमभ्यसेत् ॥ रेचकं पूरकं
मुक्त्वा सुखं यद्वायुधारणं ॥ प्राणायामोयमित्यु
क्तः स वै केवलकुंभकः ॥ केवले कुंभके सिद्धे रेच
पूरकवर्जिते ॥ न तस्य दुर्लभं किंचित्त्रिषु लोके
षु दुर्लभम् विद्यते ॥ शक्तः केवलकुंभेन यथेष्टं वा

अन्तः प्रवर्तितोदारमारुतापूरितोदर
पयस्यगाधेपि
सुखात्प्लवते पद्म
पत्रवत्

सुधारणं राजयोगपदं चैव लभते नात्र संशयः
हठं विना राजयोगो राजयोगं विना हठः न सिध्य
ति ततो युग्ममानिष्पत्तेः समभ्यसेत् कुंभकप्रा
णरोधांते कुर्याच्चित्तं निराश्रयं एवमभ्यासयोगे
न राजयोगपदं लभेत् कुंभकात्कुंडलीबोधः
कुंडलीबोधतो भवेत् अनर्गला सुषुम्णा च ह
ठसिद्धिश्च जायते वपुः कृशत्वं वदने प्रसन्नता ना
दस्फुटत्वं नयने सुनिर्मले अरोगता बिंदुजयो
ग्निदीपनं नाडीविशुद्धिर्हठसिद्धिलक्षणं इति

हठप्रदीपिकायां द्वितीयोपदेशः सशैलव
नधात्रीणां यथाधारोहिनायकः सर्वेषां योगतं
त्राणां तथाधारोहि कुण्डली सुप्ता गुरुप्रसादेन बो
धिता सुखदा भवेत् तथा सर्वाणि पद्मानि भिद्यं
न्ते ग्रंथयोपि च प्राणस्य शून्यपदवी तथा राजप
थायते तथा चित्तं निरालंबं तथा कालस्य वंचनं
शून्यपदवीति किं सुषुम्णा शून्यपदवी ब्रह्मरन्ध्रं
महापथं श्मशानी शांभवी मध्यमार्गः श्चेत्येकवा
चकाः तस्मात्सर्वप्रयत्नेन नाबोधयितुमीश्वरम् ब्र

प्राणस्य शून्य
पदवीति [illegible]

एकार्थ वाच
का इत्यर्थः

ह्मद्वारे सुविसुप्तां मुद्राभ्यासेन बोधयेत् महामु
द्रा महाबन्धो महावेधश्च खेचरी उड्डियानं मूल
बंधो बंधो जालंधराभिधः करणी विपरीताख्या
वज्रोली शक्तिचालनं एतद्धि मुद्रादशकं जराम
रणवर्जितं आदीश्वरोदितं दिव्यमष्टैश्वर्यप्रदाय
कम् वल्लभं सर्वसिद्धानां दुर्लभं मरुतामपि गो
पनीयं प्रयत्नेन यथा रत्नकरण्डकं कस्यचिन्नैव व
क्तव्यं कुलस्त्रीसुरतं यथा महामुद्रा पादमूले
हठ न वामेन योनिं सम्पीड्य दक्षिणं पादं प्रसारितं

३१

ष्ट्वा करांभ्यां पूरयेन्मुखे कंठबंधं समारोप्य धारयेद्वा
युमूर्ध्वतः यथा दंडहतः सर्पो दंडाकारः प्रजायते
ऋज्वीभूता तथा शक्तिः कुंडली सहसा भवेत् तथा
सा मरणावस्था जायते द्विपुटाश्रया नोहि पथ्यमप
थ्यंवा रसाः सर्वेपि नीरसाः अपि भुक्तं विषं घोरं पी
यूषमपि जीर्यते चंद्रांशे तु समभ्यस्य सूर्यांशे तु स
मभ्यसेत् यावत्तुल्या भवेत्संख्या ततो मुद्रां विसर्जये
त् ततः शनैः शनैरेव रेचयेन्नतु वेगतः इयं खलु म
हामुद्रा महासिद्धैः प्रशंस्यते महाक्लेशा महादोषा
क्षीयंते मरणादयः क्षयकुष्ठगुदावर्तगुल्माजीर्णपु

मलमत्रतु केषांचि कुराठबन्धो विवर्जयेत
राजदन्तस्य जिह्वाया बन्धः पूर्णो भवेदिति

रात्तथा तस्य दोषाः क्षयं यांति महामुद्रां तु योभ्यसेत्
कथितेयं महामुद्रा जरामृत्युविनाशिनी गोपनी
या प्रयत्नेन न देया यस्य कस्यचित् महाबन्धः पा
र्ष्णिं वामस्य पादस्य योनिस्थाने नियोजयेत् वामोरू
परि संस्थाप्य दक्षिणं चरणं तथा पूरयित्वा मुखेवा
युं हृदये चिबुकं दृढम् निपीड्य योनिमाकुंच्य मनो मध्ये
नियोजयेत् रेचयेच्च शनैरेव महाबंधोयमुच्यते अ
यं खलु महाबंधो महासिद्धिप्रदायकः कालपा
ह प्र शमहाबंधविमोचनविचक्षणः अयं तु सर्वनाडी
नामूर्ध्वंगमनबोधकः त्रिवेणीसंगमं धत्ते केदारेश

२२

पथेत्मनः महावेधः रूपलावण्यसंपन्नायथा
स्त्रीपुरुषंविना महामुद्रामहाबन्धौनिष्फलौ
वेधवर्जितौ महावेधस्थितेयोगी कृत्वापूरकमे
कधिया वायूनांगतिमाहृत्य निभृतंकंठमुद्रया
समहस्तयुगोभूमौस्फिचौसंताडयेच्छनैः २८
पुटद्वयंसमाक्रम्यवायुःस्फुरतिमध्यगः सोमसूर्या
ग्निसंबन्धोजायतेचामृतायते मृतावस्थासमु
त्पन्नाततोवायुंविरेचयेत् महावेधोयमभ्यासा
न्महासिद्धिप्रदायकः वलीपलितवेपघ्नः सेव्य
तेसाधकोत्तमैः एतत्त्रयंमहागुह्यंजरामृत्युवि

कृ प्रि

विनाशनं रजिह्वादिकां चैव तामिमात्रं गुलभद्र

यवधा क्रियते चैव यामयामे दिने दिने पुरुषे

भा रसं पादि पापौर्द्विभङ्गं सदा सम्यक्शिता

वनामेवस्वल्पं प्रथमसाधने रक्तिस्त्रीपयसेवा

नामादौ वर्जनं माचरेत् खेचरी छेदनचालन

दोहैर्जिह्वां चैव वर्धयेत्तावत् यावदियं भ्रूमध्यं स्प

शति नदा खेचरी सिद्धिः कपालकुहरे जिह्वा

प्रविष्टा विपरीतगा भ्रुवोरंतर्गता दृष्टिर्मुद्राभ

वति खेचरी कलां पराङ्मुखीं कृत्वा त्रिपथे परिव

र्धयेत् सा भवेत्खेचरीमुद्रा व्योमचक्रं तदुच्यते

हे३

२२

रसनाक्षद्योतो कृत्वा त्वगाद्यं च त्रिविध
वि विधैर्गुह्यतेनाशीकाधिस्थजना
श्रिभिः २४ नैनं नो मसर्पानलस्य न निद्रा
न स्वधावनलत् न न ज्ञानभवेत्स्वयो
गेशो वेत्ति विवरे २५ विश्वैश्चरति वि
वशीजित्कां चरति विज्ञानी नैवेद्यै वि
वशीकृत सर्वसिद्धैर्नमस्कृता २६ वि
वर्णोद्भूतिते परमविवरे लक्ष्मीकोर्यमः

ननस्मरत्नेबिंदुःकामिन्यामेशिनस्मा
च ३ बलिनेविषदालिंदुःसंप्राग्रे
पिञ्जलाणानन ननग्रैस्निनक्रूरमनिल
ह्रेयोनितुरणा ३ ऊर्ध्वजिकःस्थिरोषु
त्वोसाप्रमानेकरोनिदः मासार्धेननसेद्
दृ दोमस्त्रेनयतियोगनिल ४ निर्लोम
प्र केलाशंलेमासीरेगम्यकोतिनः नस्वकेना
२८ पिरस्यस्पविश्वनस्यनमर्थति ४ इंधनानि

यथावर्ष्मिन्नवर्तिन्येदीपकः तथासोम
कस्मात्वमींद्रेरेवञ्जुत्वाति ४२ तस्मान्नेव
श्रायेदूर्ध्वंपिवेन्नस्माविवेंजलम् गोमांसे
भक्षयेन्नित्यंपिवेदमरवारुणीं ४३ ऊर्ली
नेनमद्देमस्येनेतरान्कुलवोनकान् गोत्रा
हेमेहितानिकानतस्यावेशीहितानिलति गो
मांसभक्षणंतस्मसनपानकनापानम्
त्रिकाग्रवेणमेवलवक्रिनोस्यानित्याय
लवेंद्रःस्ववतिपःमद्यकरस्यानदमरवा
रुणी ४४ ऊर्ध्वःकोडणडक्षापमघातिने

ह॰ पु॰ २५

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]

स संसिद्धिं गच्छतो नात्र संशयः अपानप्राणयो
रैक्यं क्षयो मूत्रपुरीषयोः युवा भवति वृद्धोपि
सततं मूलबंधनात् अपाने चोर्ध्वगे जाते संप्रा
प्ते वह्निमण्डले तथानलशिखा दीर्घा वर्धते वा
युनाहता ततो यातौ वह्न्यपानौ प्राणमुष्णस्वरू
पकं तेनात्यंतप्रदीप्तस्तु ज्वलनो देहजस्तथा ते
न कुंडलिनी सुप्ता संतप्ता संप्रबोध्यते दण्डाहता
भुजंगीव निश्वस्य ऋजुतां व्रजेत् तस्मान्नित्यं मूलबं
धः कर्त्तव्यो योगिभिः सदा उड्डीयानबंधः बद्धो
येन सुषुम्णायां प्राणस्तूड्डीयते नरः तस्मादुड्डीय

मानोसौयोगिभिःसमुदाहृतः उड्डीनंकुरुते
यस्मादविश्रांतंमहाखगः उड्डीयानंतदेवस्यात्त
त्र। बंधोभिधीयते उदरेपश्चिमंतानंनाभेरूर्ध्व
चकारयेत् उड्डीयानोह्ययंबंधोमृत्युमातंगके
सरी उड्डीयानंतुसहजंगुरुणाकथितंयथा
अभ्यसेत्सततंयस्तुवृद्धोपितरुणायते नाभेरूर्ध्व
मधोश्चापितानंकुर्यात्प्रयत्नतः षण्मासमभ्य
सेन्मृत्युंजयत्येवनसंशयः कृत्वावज्रासनेपादौ
कराभ्यांधारयेद्दृढम् गुल्फदेशसमीपंचस्कंधेत कंदं
तत्रपीडयेत् पश्चिमंतानमुदरेकारयेच्चिबुकेहृदि

हृ१

२६

शनैः शनैर्यथा प्राणस्तु द्वसिद्धिं च गच्छति. सर्वेषामे
वबंधानामुत्तमोह्युड्डियानकः उड्डीयानेकृतेबंधेमू
लंस्वाभाविकंभवेत् जालंधरबंधः कण्ठमाकुंच्य
हृदयेस्थापयेद्दृढमिकया बंधोजालंधराख्योयम
मृत्युनाशकारकः बध्नातीहशिरोजालमधोगामिन
भोजलम् ततोजालंधरोबंधः कण्ठदुःखौघनाश
नः जालंधरेकृतेबंधेकण्ठसंकोचलक्षणे नपीयूषं
पतत्यग्नौनचवायुःप्रकुप्यति कण्ठसंकोचनेनैवद्वे
नाड्यौस्तंभितेध्रुवे मध्यचक्रमिदंज्ञेयंषोडशाधार
बंधनम् ईडाचपिंगलाबद्ध्वावाहयेत्पश्चिमेपथम्

मार्गेण योगिभिः समुदाहृतः उड्डीनं कुरुते
यस्मादविश्रांतं महाखगः उड्डीयानं तदेव स्यात्त
त्र बंधोभिधीयते उदरे पश्चिमे तानं नाभेरूर्ध्वं
च कारयेत् उड्डीयानो ह्ययं बंधो मृत्युमातंगके
सरी उड्डीयानं तु सहजं गुरुणा कथितं यथा
अभ्यसेत्सततं यस्तु वृद्धोपि तरुणायते नाभेरूर्ध्व
मधश्चापि तानं कुर्यात्प्रयत्नतः षण्मासमभ्य
सेन्मृत्युं जयत्येव न संशयः सति वज्रासने पादौ
कराभ्यां धारयेद्दृढम् गुल्फदेशसमीपे च स्कंधेत कंदं
तत्र पीडयेत् पश्चिमं तानमुदरे कारयेच्चिबुकं हृदि

६१

ग्रनेनैव विधानेन सेवयेत्पवनालयम् ततो न जायते
मृत्युर्जरारोगादिकं तथा विपरीतकरणी यत्किंचि
त्स्रवते चंद्रादमृतं दिव्यरूपिणः तत्सर्वं ग्रसते सूर्यस्तेन पिंडं
विनाशव, तत्रास्ति करणं दिव्यं सूर्यस्य मुखवंचनम् गुरूपदे
शतो ज्ञेयं न तु शास्त्रार्थकोटिभिः ऊर्ध्वनाभिरधस्ता
लुरूर्ध्वं भानुरधः शशी करणी विपरीताख्या सर्वव्या
धिविनाशिनी नित्यमभ्यासयुक्तस्य जठराग्निविव
र्धिनी आहारो बहुलस्तस्य सम्पाद्यः साधकस्य
तु अल्पाहारो यदि भवेदग्निर्दहति देहं तत्क्षणात् अधः
६१ शिरः ऊर्ध्वपादः क्षणं स्यात्प्रथमे दिने क्षणार्धे

२२

किंचिदधिकमभ्यसेत्तद्दिने दिने वलितं पालितं चै
व घण्टामात्रेण न नश्यति यामयात्रं तु यो नित्यमभ्यसे
त्स तु कालजित् न अथ तस्या वज्रोली ग्रन्थांते लिखि
ता वर्तने क्रम शास्त्राप्य तत्पत्राश्च साधारण प्राप्य
नुष्ठेयत्वान्नस्था: शक्तिचालनं कुटिलांगी
कुण्डलिनी भुजंगी शक्तिरीश्वरी कुटिल्यरुन्धती
चैते शब्दाः पर्यायवाचकाः॥ कुण्डलिन्या तथा
योगी मोक्षद्वारं विभेदयेत् येन द्वारेण गंतव्यं ब्र
ह्मस्थानं निरामयं मुखेनाछाद्य तद्द्वारं प्रसुप्ता प

५+

३॥ उद्घाटयेत्कवाटं तु यथा कुंचिकया हठात् कुं

उद्घाटयेत्कपाटंतुयथाकुंचिकयाहठात् कुण्डलि
रमेश्वरी कण्ठोर्ध्वे कुण्डलीशक्तिः सुप्ता मोक्षाय
योगिनां बंधनाय च मूढानां यस्तां वेत्ति स योग
वित् ॥ ग्रं भोधिद्वीपशैल्यानां माधारः शेषकु
ण्डली ग्रंश सर्वयोगतंत्राणमाधारः कुण्डली
तथा कुण्डली कुटिलाकारा सर्पवत्परिकीर्ति
ता सा शक्तिश्चालिता येन स मुक्तो नात्र संशयः
गंगायमुनयोर्मध्ये बालरण्डां तपस्विनी
बलात्कारेण गृह्णीयात्तद्विष्णोः परमं पदम्

पुच्छे प्रगृह्य भुजंगीं सुप्तामुद्बोधयेच्च निद्रां विहा
य सा शक्तिरूर्ध्वमुत्तिष्ठते हठात् परिस्थिता चै ^प्रातश्चसायं
व फणावती सा प्रहरार्धमात्रम् प्रपूर्य सूर्या
त्परिधानयुक्त्या प्रगृह्य निर्यात्य विचालनीया
वितस्तिप्रमितं दीर्घं विस्तारं चतुरंगुलं मृदुलं
धवलं प्रोक्तं वेष्टनाधारलक्षणं वज्रासनस्थि
तो योगी चालयित्वा तु कुण्डलीम् सूर्यभेद
न सूर्यात्कुण्डलीं चालयेत्ततः मृत्युवक्त्रगत
स्यापि तस्य मृत्युभयं कुतः भानोराकुंचनं कु

र्धान्नुण्लीं चालयेन्नतः सूत्मुगङ्गगतस्यापितस्यष्ट
न्मुभयेऽतः नासाद्दक्षिणचर्मगाहिपवनोद्या लेति
दीर्घीकृतस्कंदांतः परिक्षयेद्दरितनतुः शाण्ढुलिका
यास्तथा भित्त्वाकाल विशालवक्रिविशगान्धूरं
धमाडीगणं स्तंकायेऽरुते कुनर्गवनरं जीर्णकुमस्को
न्थवत् ऊण्लीं चालयित्वा नुऊर्याङ्लीं विशेषतः
एवमभ्यासतो नित्यं यमिनः शंकतेयमः नवाभ्यसे
त्सर्वभेदसुज्ञायीचापिशीतलीम् एवमभ्यासद्यु
कस्स्य यमतुयामिनः ऊतः मुहूर्तद्वयपर्यंतनि
६४ भेरं चलनाद सौ कुस्मवेयरतस्तेद नित्यं हितामि

नाशिनः मण्डलाद्दृश्यते सिद्धिः कुण्डल्याभ्यासयोग
तः ॥ द्वासप्ततिसहस्राणां नाडीनां मलशोधनं कुतः
प्रक्षालनोपायः कुण्डल्याभ्यसनोद्विना इति मुद्रा दश
प्रोक्ता आदिनाथेन शंभुना एकैका तासु यमिनां
महासिद्धिप्रदायिनी राजयोगं विना पृथ्वी राजयो
गं विना निशा राजयोगं विना मुद्रा विचित्रापि न रा
जते मारुतस्य विधिं सिद्धं मनोयुक्तं समभ्यसेत्
इतरत्र न कर्त्तव्या मनोवृत्तिर्मनीषिणे ॥ सुषुम्नापि म
ध्यमा नाडी दृढाभ्यासेन योगिनां आसनप्राणसंया
मैः मुद्राभिः सरला भवेत् तथासनविनिद्राणांरु

ज्ञयोगः समाङ्कः ६ इयाणीसापत्रामुद्रा भज्ञोहिंछिश
यच्छति उपदेशं हि मुद्राणां यो धत्ते सांप्रदायिकम्
स एव श्रीगुरुः स्वामी साक्षादीश्वर एव सः तस्य वा
क्यपरो भूत्वा मुद्राभ्यासे समाहितः अणिमादिगु
णैश्वर्यं जायते कालवंचनं इति हठप्रदीपिकायां
तृतीयोपदेशः नमः शिवाय गुरवे नादबिंदु
कलात्मने निरंजनपदं याति यत्र नित्यपरायणः
अथेदानीं प्रवक्ष्यामि समाधिक्रममुत्तमं मृत्यु
घ्नं तु सुखोपायं ब्रह्मानंदकरं परं सलिले सैंधवं य
द्वत्साम्यं भजति योगतः तथात्ममनसोरैक्यं समा

ह प्र
३०

धिः सोभिधीयते राजयोगस्य माहात्म्यं को वा जानाति
तत्वतः ज्ञानान्मुक्तिः स्थितिः सिद्धिर्गुरुवाक्येन लभ्य
ते दुर्लभो विषयत्यागो दुर्लभं तत्वदर्शनं दुर्लभा सह
जावस्था सद्गुरोः करुणां विना विविधैरासनैः कुंभैर्वि
चित्रैः करणैरपि प्रबुद्धायां महाशक्तौ प्राणः शून्ये प्र
लीयते उत्पन्नशक्तिबोधस्य त्यक्तनिःशेषकर्मणः यो
गिनः सहजावस्था स्वयमेवोपजायते सुषुम्णावाहि
नि प्राणे शून्ये विशति मानसे तदा सर्वाणि कर्माणि
निर्मूलयति योगवित् अमरो निर्मलः शून्यं जगदेतच्चरा

व४२

चित्ते समत्वमापन्ने वायौ व्रजति मध्यमे एदामरोली च व
ज्रोली सहजोली चाभिमतेति च ज्ञानं कुतो मनसि जीवति दे
वि यत्प्राणोपजीवति मनो म्रियते न यावत् प्राणो मनो
द्वयमिदं विलयं न याति मोक्षं स गच्छति नरो न कथंचिद
न्यः रसस्य मनसश्चैव चंचलत्वं स्वभावतः रसो बद्धो म
नो बद्धं किं न सिध्यति भूतले मूर्छितो हरते व्याधिं मृतो
जीवयति स्वयं बद्धः खेचरतां धत्ते रसो वायुश्च भैरवि इं
द्रियाणां मनो नाथो मनोनाथस्तु मारुतः मारुतस्य ल
यो नाथो स लयो नादमाश्रितः सोऽयमेवास्तु मोक्षाख्यो
स्तु वापि मतांतरे मनःप्राणलयो नापि कश्चिदभि
नादो

ध्येते प्रणष्टोच्छ्वासनिःश्वासप्रणष्टविषयग्रहैः
निश्चेष्टा निर्विकारश्च लयं यान्ति च योगिनः उच्छिन्न
सर्वसंकल्पनिःशेषाशेषचेष्टितः स्वावगम्यो ल
यः कोऽपि मनोवाचामगोचरः यत्र दृष्टिर्लयस्त
त्र भूतेन्द्रियसनातनी सा शक्तिः सर्वभूतानां दृष्टि
लक्ष्येण संगता वेदशास्त्रपुराणानि सामान्य
गणिका इव रक्षणीया प्रयत्नेन गुप्ता कुलवधू
रिव अंतर्लक्ष्यं बहिर्दृष्टिर्निमेषोन्मेषवर्जिता
सैषा तु शांभवी मुद्रा सर्वशास्त्रेषु गोपिता अंत

लक्ष्यविलीनचित्तपवनो योगी यदा वर्त्तते दृष्ट्यानि
ल२ ॥ श्चलतारया बहिरधो पश्यन्नपश्यन्नपि मुद्रेयं खलु शा
म्भवी भवति सा लब्धा प्रसादाद्गुरोः शून्याशून्यवि
वर्जितं स्फुरति तत्तत्त्वं पदं शांभवं अर्धोन्मीलि
तलोचनः स्थिरमना नासाग्रदत्तेक्षणश्चंद्रार्काव
पि लीनतामुपनयेन्निःस्पन्दभावेन यो ज्योती
रूपमशेषबाह्यरहितं देदीप्यमानं परं तत्त्वं तत्प
दमेति वस्तु परमं वाच्यं किमत्राधिकं श्रीशा
६१ म्भव्याश्च खेचर्याश्च अवस्थाधामभेदतः तारंज्योति

३२